



EMENTA Valência Infantil – Creche

Semana: 21 a 25 de novembro de 2022



| Refeição | Reforço da manhã | Almoço | Lanche | Reforço da tarde | Alterações (especificar/data/rubrica) |
|----------|-------------------------------|--|--|--------------------------------|--|
| 2ª Feira | Pão com manteiga ¹ | Sopa: Sopa de feijão verde Prato principal: Feijoada à transmontana Prato dieta: Carne de vaca cozida, arroz branco e legumes ¹ Sobremesa: Fruta da época | Leite + pão com manteiga ¹ | Fruta | |
| 3ª Feira | Fruta | Sopa: Sopa de alho francês Prato principal: Petinga com arroz de tomate e coração ^{4,1} Prato dieta: Peixe cozido, arroz branco e coração Sobremesa: Fruta da época | logurte ⁷ + pão com fiambre ¹ | Pão com manteiga ¹ | |
| 4ª Feira | Pão com fiambre ¹ | Sopa: Sopa de couve coração e feijão vermelho Prato principal: Pá de porco estufados com arroz, salada ¹ Prato dieta: Pá de porco cozida com arroz, salada Sobremesa: Fruta da época | Fruta + pão ¹ | Bolacha Maria ^{1,3,7} | |
| 5ª Feira | Pão com manteiga ¹ | Sopa: Creme de legumes Prato principal: Pescada estufada com batata cozida e feijão verde ⁴ Prato dieta: Pescada cozida, batata cozida e feijão verde Sobremesa: Fruta da época | Leite + pão com chocolate/doce ¹ | Pão com manteiga ¹ | |
| 6ª Feira | Fruta | Sopa: Sopa de grão e cenoura Prato principal: Bife de frango grelhado, massa e juliana de legumes ¹ Prato dieta: Frango cozido, massa branca e juliana de legumes ¹ Sobremesa: Fruta da época | logurte ⁷ + pão com Manteiga ¹ | Bolacha Maria ^{1,3,7} | |

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹ Cereais que contêm glúten, ² Crustáceos, ³ Ovos, ⁴ Peixes, ⁵ Amendoins, ⁶ Soja, ⁷ Leite, ⁸ Frutos secos, ⁹ Aipo, ¹⁰ Mostarda, ¹¹ Sementes de Sésamo, ¹² Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³ Tremoços, ¹⁴ Moluscos.

